

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sopir bus merupakan kelompok masyarakat yang mensyaratkan kondisi kesehatan yang optimal untuk dapat menjalankan pekerjaannya. Hal ini dikarenakan sopir dituntut tetap terjaga dan waspada sehingga bisa mengantarkan penumpangnya ke tempat tujuan (Musbyarini K, Faisal A & Cesilia M, 2010) . Agar tetap terjaga dan waspada , usaha yang banyak dilakukan oleh para sopir bus adalah dengan mengkonsumsi kopi dan rokok. Namun, berdasarkan penelitian yang di lakukan oleh Daswin N dan Nelly E (2013), terjadi perburukan yang signifikan kualitas tidur pada orang yang mendapat kopi berkafein. Dalam penelitian tersebut menyarankan agar tidak mengkonsumsi kafein pada malam hari karena kafein terbukti dapat mengakibatkan perburukan kualitas tidur yaitu dari aspek jumlah jam tidur yang berkurang, onset tidur yang lebih lama, kepuasan dan kedalaman tidur yang menurun serta dapat menyebabkan gangguan untuk beraktivitas pada pagi hari. Hal ini dapat terjadi karena efek farmakologi yang utama adalah sebagai antagonis reseptor adenosin yang dapat mempengaruhi fungsi sistem saraf pusat serta dapat mengganggu kualitas tidur.

Demikian juga dengan merokok, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Liu J, Hui L, Chieh H (2011) orang yang merokok memiliki kualitas tidur yang buruk. Hal ini dikarenakan kandungan nikotin di dalam rokok yang menyebabkan

meningkatnya pengeluaran dopamine sehingga membuat perokok menjadi terjaga dan bisa mempengaruhi kualitas tidur.

Kebiasaan mengkonsumsi kopi dan merokok ini juga terjadi pada sopir bus antar kota Malang Surabaya di terminal Arjosari Malang. Berdasarkan hasil wawancara ,dari 30 responden yang diwawancarai, terdapat 18 sopir yang mengkonsumsi kopi dan merokok. Peneliti akan melakukan penelitian ini pada sopir bus jurusan Malang Surabaya di Terminal Arjosari Malang. Peneliti memilih sopir bus jurusan Malang Surabaya dikarenakan lama perjalanan yang ditempuh hanya 2 – 3 jam dan biasanya satu sopir dalam sehari melakukan dua perjalanan pulang pergi Malang Surabaya, sehingga sopir tidak bermalam di bus.

Berdasarkan uraian di atas dan belum adanya data mengenai kualitas tidur pada sopir bus jurusan Malang Surabaya di terminal Arjosari Malang, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kuantitas konsumsi kopi dan rokok dengan kualitas tidur pada sopir bus jurusan Malang Surabaya di terminal Arjosari Malang.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara konsumsi kopi bersama rokok dengan kualitas tidur pada sopir bus di terminal Arjosari Malang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara konsumsi kopi bersama rokok dengan kualitas tidur pada sopir bus di Terminal Arjosari Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui jumlah sopir bus yang konsumsi kopi dan rokok di terminal Arjosari Malang
2. Mengetahui kualitas tidur pada sopir bus di terminal Arjosari Malang
3. Membandingkan kualitas tidur pada sopir bus yang mengkonsumsi kopi bersama rokok dan yang tidak mengkonsumsi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

Sebagai dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kopi dan rokok

1.4.2 Manfaat klinis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bukti ilmiah yang menjelaskan tentang hubungan antara konsumsi kopi bersama rokok dengan kualitas tidur

1.4.3 Manfaat Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk membuat kebijakan dalam pembatasan kopi dan rokok

1.4.4 Manfaat Masyarakat

Diharapkan bagi para pengemudi, khususnya pengemudi bus untuk membatasi konsumsi kopi dan rokok